

# 小学生を対象とした学級単位の心理教育 “サクセスフル・セルフ”のいじめ・うつに対する有効性

## — メタ分析による検討 —

安藤美華代

本研究では、学級単位で行った心理教育サクセスフルセルフ®のいじめ、うつに対する予防効果について検討することを目的として、小学校の57の学年集団を対象として、メタ分析を行った。その結果、学級単位で行った“サクセスフル・セルフ”前から後のいじめおよびうつ軽減については、いずれも小さい効果量が示された。いじめを行う程度やうつの程度の軽減において、年間4セッションを、学級担任または担任と連携して養護教諭が行うことで、効果が見られた。これらのことから、学級単位の心理教育“サクセスフル・セルフ”のいじめやうつに対する予防の有用性が示唆された。

Keywords：小学生，いじめ，うつ，メタ分析，予防

### はじめに

サクセスフルセルフ®は、臨床心理学、発達心理学、ヘルスプロモーションを学問的背景として、社会的適応を育み、心理・行動上の問題を予防したり問題に対処したりする力を高め、社会の中で自分らしく生きる基礎力を育むことをねらいとした心理教育プログラムである（安藤，2007，2015）。

プログラムでは、①自己理解力の向上をねらいとし、自己洞察法によって、自己理解、自分を好きになる、自己コントロール、ストレスと対処をテーマにした“自己理解”セッションを行う。②人間関係力の向上をねらいとして、ソーシャルスキル法によって、他者理解、友達関係理解、対話、適切な自己主張、「私は」ではじめるコミュニケーションをテーマにした“人間関係”セッションを行う。③問題解決法によって、対処と解決力の向上をねらいとして、他者に対する適切な自己主張・共感・ゆずりあい、困難な状況への対処と解決、葛藤の解決をテーマにした“対処と解決”セッションを行う。

研修を受講した教師やスクールカウンセラーが実施者となり、学級単位で1セッション1時限（45

～50分）～2時限、週1回～月1回、3つのねらいを網羅して年間4セッションを毎年継続して行うことが推奨されている（安藤，2015）。

心理社会的発達段階に沿ってプログラムが作成され、個別や学級単位で実践が行われている。小学生を対象とした取り組みは、学級単位で2005年から行われている（安藤，2008ab，2015）。

“サクセスフル・セルフ”プログラムの前後に、児童・生徒による自己記入式の「日常生活調査」を行い、友達関係、学校生活、行動や態度に関する変化について検討を行った実践研究のなかで、小学生を対象とした論文について概観した。取り上げた40の学年群（3135人）では、いずれの学年群においてもなんらかの肯定的な変化が見られた。

なかでも、うつの軽減は、半数以上の学年群で見られた。さらに、衝動性・攻撃性のコントロール、学校生活態度、社会性、いじめ行動については、3割を超える学年群で肯定的変化が見られた（安藤，2015）。

このように心理教育“サクセスフル・セルフ”プログラムによる心理・行動上の問題に対する予防効果は、これまでいくつかの量的研究や質的研究に

---

岡山大学大学院教育学研究科 心理・臨床学系 700 - 8530 岡山市北区津島中3 - 1 - 1

Effects of class wide implementation of a psychoeducational program, “Successful Self”, to prevent bullying and depression among elementary school students: A meta-analytic review

Mikayo ANDO

Division of Psychology and Clinical Education, Graduate School of Education, Okayama University, 3-1-1 Tsushimanaka, Kita-ku, Okayama 700-8530

よって報告されている。しかし、その効果についてメタ分析によって報告した研究は行われていない。

そこで本研究では、学級単位で、心理教育“サクセスフル・セルフ”に取り組んだ小学校の57の学年群のいじめ、うつに対する予防効果について、メタ分析による体系的レビューを行い検討することを目的とした。

## 方法

### 1. 実践研究の収集

今回の分析で取り上げた実践研究は、①心理教育“サクセスフル・セルフ”プログラムが実施されている、②プログラム前後に、友達関係、学校生活、行動や態度に関する自己記入式の「日常生活調査」(安藤, 2008a, 2015)を行い、いじめ、うつについて調査が行われている、③プログラムが学校現場で実施されはじめた2005年～2014年に行われている、④小学生が対象とされている、⑤学級単位で行われている、⑥セッションの概要が報告されている、⑥学会で発表または学会誌・大学の紀要に公開または実践協力校へ報告書の提出がされている、⑦実践研究の実施と結果の公表にあたって、筆者から実践校の管理者へ説明がなされ、実践校管理者から同意が得られている、という7つの基準を満たす集団を学年ごとに抽出した。

その結果、57の学年集団が抽出された。

### 2. 分類

分析対象とした実践研究について、従属変数、年間セッション数、主実施者、初年度の実践という観点から分類を行った。

“サクセスフル・セルフ”の従属変数として、「日常生活調査」のいじめを行った程度、いじめを受けた程度、うつの程度を取り上げた(安藤, 2015)。いじめについては、過去1ヵ月間における「たたいたり、けったりした」等の身体的攻撃、「通りすがりにまたは面に向かって、悪口を言った」等の言語的攻撃、「ある人を仲間はずれにした」等間接的攻撃の程度について、5件法(全くない～週に2～3回以上)で回答されたデータを、いじめを行った程度として用いた。それらを「された」程度について、同様の指標で回答されたデータを、いじめを受けた程度として用いた。小学1, 2年生を対象とした群では、過去1ヵ月間における「いじめをした」程度(単項目)について、5件法(全くない～週に2～3回以上)で回答されたデータを、いじめを行った程度として用いた。うつについては、過去1ヵ月間における「気持ちが沈んで落ち込んだ」等の抑うつ

の程度について、5件法(全くない～週に2～3回以上)で回答されたデータを用いた。それぞれの従属変数について、全学年群を対象として効果量を算出した。

年間セッション数については、“サクセスフル・セルフ”では年間4セッションの実施が推奨されていることから、全学年群を分析対象として、年間4セッションを実施した群と年間3セッション以下で実施した群とでそれぞれ、各従属変数について効果量を算出した。

実施者については、学級担任または学級担任と連携して養護教諭が行うかのいずれかであったことから、全学年群を対象として、学級担任が主実施者となって実施した群と養護教諭が主実施者となって実施した群とでそれぞれ、各従属変数について効果量を算出した。

また、初めての心理教育“サクセスフル・セルフ”プログラムの実施について、初年度の実施群のみを抽出して、各従属変数の効果量を算出した。

### 3. 分析方法

効果量については、従属変数としたいじめを行った程度、いじめを受けた程度、うつの程度のそれぞれに対して、“サクセスフル・セルフ”前後における統計量を用いて、Comprehensive Meta Analysis Software (Version 3) によって算出した。その入力値として、事前事後の対応のあるデータによる実践研究( $n=51$ )については、変数ごとに事前事後の各平均と標準偏差、事前事後の相関、サンプルサイズが用いられた。事前事後の対応のないデータによる実践研究( $n=6$ )については、変数ごとに事前事後の各平均と標準偏差、サンプルサイズが用いられた。

本研究では、効果量としてHedges'  $g$  (以下、 $g$ と略記)を用いた。その際、変量効果モデルを用いた(Borenstein, Hedges, Higgins, & Rothstein, 2009; 山田・井上, 2012)。

なお、 $g$  値については、0.2は小さく、0.5は中程度、0.8は大きいとされている(Borenstein et al., 2009)。

## 結果

### 1. 分析に含まれた実践研究の特徴

分析に含まれたすべての研究が、“サクセスフル・セルフ”を実施していない統制群をもたない、実践群のみの研究であった。

分析に含まれた研究の概要および各研究における効果量をTable1に、特徴別の効果量および分析対象となった研究数をTable2に示す。

学年別の実践研究数は、1年生は2件、2年生は

5件、3年生は6件、4年生は15件、5年生は15件、6年生は14件であった。

年間セッション数は、4回が52件、3回以下が5件であった。

主実施者は、学級担任が32件、養護教諭が25件であった。

初年度の実施は、38件であった。

## 2. 公表バイアスの検定

収集された実践研究における効果量に関する公表バイアスについて、Funnel Plotの対称性の検定の一つであるEggerの単回帰法による検討を行った(Borenstein et al., 2009; 丹後, 2002)。いずれの変数においても有意ではなく( $ps > 0.1$ )、公表バイアスの影響は小さいと示唆された。

## 3. 学級単位の“サクセスフル・セルフ”の効果量

心理教育“サクセスフル・セルフ”プログラム前後におけるいじめを行った程度およびいじめを受けた程度、うつの程度について、それぞれの軽減効果を以下に示す(Table1, Table2)。

### 1) いじめに対する軽減効果について

“サクセスフル・セルフ”を行った前後における全学年群での効果については、いじめを行った程度で $g = -0.098$ 、いじめを受けた程度で $g = -0.092$ であり、いずれも小さい効果量が示された。

年間セッション数では、いじめを行った程度でもいじめを受けた程度でも、年間4セッションを実施した群では小さい効果量が示された。一方、年間3セッション以下で実施した群では、いずれのいじめ行動においても有意な効果量は示されなかった。

主実施者については、学級担任でも養護教諭でもいじめを行った程度で、学級担任ではいじめを受けた程度でも、小さい効果量が示された。

“サクセスフル・セルフ”の実施が初年度であっても、いじめを行った程度でもいじめを受けた程度でも、小さい効果量が示された。

### 2) うつに対する軽減効果について

“サクセスフル・セルフ”を行った前後における全学年群での効果については、うつの程度で $g = -0.160$ であり、小さい効果量が示された。

年間セッション数は、年間4セッションを実施した群では小さい効果量が示された。一方、年間3セッション以下で実施した群では、有意な効果量は示されなかった。

主実施者については、学級担任でも養護教諭でも、

小さい効果量が示された。

“サクセスフル・セルフ”の実施が初年度であっても、小さい効果量が示された。

## 考察

本研究では、小学生を対象に学級単位で行われた心理教育“サクセスフル・セルフ”プログラムのいじめを行った程度、いじめを受けた程度、うつの程度の予防効果および促進条件、今後の課題を明らかにすることを目的として、メタ分析による体系的レビューを行った。

本研究の分析対象研究からは、学級担任または学級担任と連携して養護教諭が実施者となり、学級単位で、年間4セッションの構成で行う“サクセスフル・セルフ”プログラムにおいて、いじめおよびうつの軽減に小さい効果が示された。

近年、すべての人が将来心身の健康や適応の問題をもつ可能性があることを想定し、問題を持つ前にすべての人を対象に行うユニバーサル予防を学校で行うことの重要性が高まっていることを鑑み、国際的に実践研究が活発に行われている学校や学級で実施されているいじめ予防をねらいとした7つのプログラムを取り上げて、効果や費用について、メタ分析による体系的レビューが行われた。そのうち小学生を対象とした場合では、費用に関わらず、いずれのプログラムの実施においても小さい効果量が示された(LeBlanc, Bilsbury, & Chisholm, 2016)。また、幼稚園から高等学校に通う子ども・若者を対象に攻撃行動の減少をねらいとして園や学校を基盤としたプログラムの効果について検討したメタ分析では、ユニバーサル予防での効果は小さく、攻撃行動に関するリスクの高い子ども・若者を対象とした場合に、より大きい効果が示された(Wilson, Lipsey, & Derzon, 2003)。幼児から10代の若者を対象とした心理・行動上の問題予防をねらいとしたプログラムで実施後半年以上の効果について報告されている研究を抽出して行われたメタ分析では、学校で実施されるユニバーサル予防として、3つのプログラムが抽出されており、いずれも小学生を対象として行われ、そのうち1つのプログラムで小さい効果が示され、他は明らかな効果が示されなかった(Smedler, Hjern, Wiklund, Anttila, & Pettersson, 2015)。

児童期から青年期のうつ症状予防をねらいとした30の予防プログラムの実施後および実施約半年後のうつ症状軽減効果に関して、ユニバーサル予防プログラムか選択的予防プログラムかあるいは指示的予防プログラムかという点に着目して行ったメタ分



析では、ユニバーサル予防プログラムよりも選択的予防プログラム、指示的予防プログラムでより効果が示され、それらは概して小さい効果であった。また、予防プログラムよりも治療としてのプログラムの方が、有効性が高いことが示された (Horowitz & Garber, 2006)。

“サクセスフル・セルフ” プログラムにおいても、このようなレビュー研究で取り上げられたプログラムと同程度の効果量が示されている。これは、ユニバーサル予防での対象者の多くは、心身の健康や適応が保たれていることによる可能性がある (Smedler et al., 2015)。

Table 1 今回のメタ分析に用いた心理教育“サクセスフル・セルフ”を学級単位で実施した実践研究のいじめ、うつの変化

番号 実践 研究	実施 年度	実施 学年	対象 者数	主 実 施 者	実施 年数	シ ョ ン セ ッ 数	年 間 セ ッ	対 分 析 前 後 応	いじめを行った程度			いじめを受けた程度			うつの程度		
									効果量 (g)	(g, 95% CI)		効果量 (g)	(g, 95% CI)		効果量 (g)	(g, 95% CI)	
YT505	2005	5	45	担任	1	4		有	-0.133	-0.335	0.070	-0.238	-0.503	0.028	-0.065	-0.396	0.265
YT605	2005	6	60	担任	1	4		有	-0.286	-0.474	-0.097	-0.474	-0.779	-0.170	-0.251	-0.476	-0.026
YT406	2006	4	48	担任	1	4		有	-0.353	-0.646	-0.061	-0.368	-0.594	-0.142	-0.627	-0.926	-0.328
YT607	2007	6	49	担任	1	4		有	0.045	-0.256	0.347	0.073	-0.214	0.360	-0.361	-0.636	-0.086
ZI509	2009	5	26	養護	1	4		有	-0.260	-0.673	0.153	-0.064	-0.475	0.347	-0.012	-0.346	0.321
ZI609	2009	6	33	養護	1	4		有	-0.682	-1.163	-0.202	-0.676	-1.109	-0.242	-0.372	-0.662	-0.082
SS509	2009	5	37	養護	1	4		有	-0.153	-0.516	0.210	-0.411	-0.671	-0.152	-0.501	-0.768	-0.234
NT509	2009	5	17	養護	1	4		有	-0.331	-0.828	0.167	-0.370	-0.872	0.132	-0.177	-0.521	0.168
SW409	2009	4	14	養護	1	4		有	0.563	-0.138	1.265	-0.135	-0.529	0.259	-0.151	-0.522	0.219
IN609	2009	6	9	養護	1	4		有	-0.463	-1.288	0.362	0.087	-0.841	1.016	-0.048	-0.926	0.830
HA509	2009	5	23	養護	1	4		有	-0.145	-0.703	0.414	-0.510	-1.039	0.019	-0.144	-0.557	0.269
FT410	2010	4	31	担任	1	3		有	-0.026	-0.398	0.347	0.004	-0.345	0.353	-0.095	-0.477	0.287
FT510	2010	5	32	担任	1	4		有	-0.453	-0.872	-0.035	-0.212	-0.554	0.129	0.054	-0.205	0.313
FT610	2010	6	35	担任	1	4		有	-0.258	-0.551	0.034	-0.103	-0.307	0.100	0.240	-0.013	0.492
ST410	2010	4	64	担任	1	4		有	-0.266	-0.507	-0.025	-0.148	-0.420	0.125	-0.177	-0.511	0.157
ST510	2010	5	56	担任	1	4		有	-0.208	-0.484	0.069	0.076	-0.126	0.278	-0.138	-0.387	0.111
ST610	2010	6	25	担任	1	4		有	-0.248	-0.512	0.015	-0.228	-0.612	0.155	-0.373	-0.734	-0.012
TT410	2010	4	17	担任	1	3		有	-0.055	-0.316	0.205	-0.216	-0.486	0.054	-0.120	-0.433	0.194
TT510	2010	5	27	担任	1	4		有	-0.331	-0.700	0.039	-0.050	-0.440	0.340	-0.424	-0.884	0.037
TT610	2010	6	25	担任	1	4		有	-0.141	-0.341	0.059	-0.249	-0.546	0.048	-0.388	-0.823	0.046
KT510	2010	5	13	担任	1	4		有	-0.633	-1.144	-0.123	-1.059	-2.045	-0.073	-0.266	-0.931	0.400
KT610	2010	6	24	担任	1	4		有	1.067	0.310	1.824	0.346	-0.161	0.853	-0.258	-0.734	0.217
KT410	2010	4	19 *	担任	1	3		無	0.768	0.122	1.414	0.492	-0.141	1.124	0.167	-0.465	0.799
MT411	2011	4	139	担任	1	4		有	-0.341	-0.472	-0.210	-0.298	-0.469	-0.126	-0.332	-0.498	-0.167
ST411	2011	4	35	担任	1	4		有	-0.285	-0.635	0.065	-0.424	-0.876	0.027	0.048	-0.340	0.436
NS212	2012	2	116	担任	1	4		有	<u>-0.128</u>	<u>-0.285</u>	<u>0.029</u>	—	—	—	-0.154	-0.313	0.005
NS312	2012	3	201	担任	1	4		有	<u>-0.094</u>	<u>-0.245</u>	<u>0.056</u>	—	—	—	-0.164	-0.310	-0.018
NS412	2012	4	191	担任	1	4		有	0.017	-0.123	0.158	-0.033	-0.146	0.080	-0.264	-0.403	-0.124
NS612	2012	6	169	担任	1	4		有	0.072	-0.092	0.237	-0.097	-0.250	0.056	-0.221	-0.362	-0.079
ST412	2012	4	69	担任	1	4		有	-0.082	-0.242	0.077	-0.183	-0.374	0.008	0.059	-0.149	0.267
NS213	2013	2	213 *	担任	1	4		無	<u>0.054</u>	<u>-0.135</u>	<u>0.242</u>	—	—	—	0.179	-0.010	0.369
NS613	2013	6	192 *	担任	1	4		無	-0.057	-0.465	0.350	0.122	-0.075	0.319	-0.128	-0.473	0.216
KH111	2011	1	50	養護	1	4		有	<u>0.049</u>	<u>-0.150</u>	<u>0.248</u>	—	—	—	0.208	0.011	0.405
KH211	2011	2	31	養護	1	2		有	<u>-0.123</u>	<u>-0.359</u>	<u>0.114</u>	—	—	—	-0.113	-0.319	0.093
KH311	2011	3	45	養護	1	4		有	-0.057	-0.289	0.175	-0.071	-0.193	0.051	-0.272	-0.488	-0.055
KH411	2011	4	57	養護	1	4		有	0.111	-0.069	0.291	-0.082	-0.356	0.192	-0.263	-0.529	0.003
KH511	2011	5	49	養護	1	4		有	-0.125	-0.359	0.110	-0.263	-0.511	-0.015	-0.204	-0.502	0.094
KH112	2012	1	47	養護	1	4		有	<u>-0.028</u>	<u>-0.299</u>	<u>0.244</u>	—	—	—	—	—	—
YT505a1	2006	6	31	担任	2	4		有	-0.039	-0.293	0.215	-0.106	-0.320	0.107	0.048	-0.202	0.298
YT605a1	2007	5	50	担任	2	4		有	-0.374	-0.685	-0.063	0.325	0.028	0.622	-0.155	-0.432	0.121
ST410a1	2011	5	64	担任	2	4		有	-0.096	-0.325	0.132	-0.171	-0.402	0.059	-0.122	-0.377	0.133
ST510a1	2011	6	52	担任	2	4		有	-0.184	-0.442	0.074	-0.043	-0.293	0.208	-0.220	-0.473	0.034
NS212a1	2013	3	219 *	担任	2	4		無	0.151	-0.037	0.339	—	—	—	0.028	-0.160	0.216
NS312a1	2013	4	192 *	担任	2	4		無	0.024	-0.175	0.222	0.110	-0.088	0.307	0.043	-0.155	0.242
NS412a1	2013	5	192 *	担任	2	4		無	0.018	-0.183	0.218	-0.027	-0.227	0.173	0.040	-0.159	0.238
KH111a1	2012	2	51	養護	2	4		有	0.037	-0.172	0.247	—	—	—	-0.282	-0.515	-0.049
KH211a1	2012	3	63	養護	2	4		有	-0.252	-0.527	0.023	—	—	—	-0.146	-0.309	0.016
KH311a1	2012	4	46	養護	2	4		有	0.006	-0.121	0.133	-0.017	-0.223	0.190	-0.414	-0.676	-0.152
KH411a1	2012	5	55	養護	2	4		有	-0.300	-0.572	-0.027	-0.321	-0.526	-0.116	-0.320	-0.528	-0.111
KH511a1	2012	6	48	養護	2	2		有	0.081	-0.098	0.260	0.015	-0.252	0.283	0.061	-0.148	0.270
KH112a1	2013	2	47	養護	2	4		有	0.046	-0.226	0.319	—	—	—	—	—	—
KH111a2	2013	3	49	養護	3	4		有	-0.292	-0.659	0.076	-0.046	-0.293	0.201	-0.300	-0.589	-0.011
KH211a2	2013	4	59	養護	3	4		有	-0.200	-0.348	-0.051	0.540	0.268	0.812	-0.358	-0.550	-0.165
KH311a2	2013	5	42	養護	3	4		有	-0.081	-0.219	0.058	-0.109	-0.336	0.118	-0.148	-0.395	0.099
KH411a2	2013	6	54	養護	3	4		有	-0.049	-0.174	0.075	0.143	-0.096	0.383	-0.179	-0.418	0.060
KH112a2	2014	3	41	養護	3	4		有	0.036	-0.284	0.355	0.010	-0.173	0.193	-0.019	-0.362	0.323
KH111a3	2014	4	51	養護	4	4		有	-0.087	-0.283	0.109	0.122	-0.041	0.285	-0.440	-0.650	-0.229

注) \*介入前の対象者数。効果量(Hedges' g)(g, 95%CI)は、変量効果モデル。効果量の下線は、単項目による算出。

Table2 今回のメタ分析に用いた心理教育“サクセスフル・セルフ”前後における特徴別の効果量 (Hedges'g, 95% CI) と研究数

	いじめを行った程度					いじめを受けた程度					うつの程度				
	研究数	効果量 (g)	(g, 95% CI)	p値		研究数	効果量 (g)	(g, 95% CI)	p値		研究数	効果量 (g)	(g, 95% CI)	p値	
全体	57	-0.098	-0.142 -0.053	<0.0001		47	-0.092	-0.150 -0.034	0.002		55	-0.160	-0.211 -0.110	<0.0001	
年間セッション数															
4回	52	-0.108	-0.153 -0.063	<0.0001		43	-0.098	-0.159 -0.037	0.002		50	-0.170	-0.223 -0.117	<0.0001	
3回以下	5	0.053	-0.119 0.226	0.545		4	-0.018	-0.227 0.191	0.863		5	-0.022	-0.162 0.118	0.757	
主実施者															
担任教諭	32	-0.109	-0.174 -0.045	0.001		28	-0.098	-0.167 -0.029	0.005		32	-0.114	-0.183 -0.045	0.001	
養護教諭	25	-0.075	-0.131 -0.019	0.008		19	-0.087	-0.192 0.018	0.103		23	-0.230	-0.291 -0.169	<0.0001	
初年度															
	38	-0.121	-0.184 -0.059	<0.0001		32	-0.157	-0.224 -0.090	<0.0001		37	-0.162	-0.227 -0.096	<0.0001	

注) 効果量 (Hedges'g) (g, 95% CI) は、変量効果モデル。

年間セッション数については、これまでの“サクセスフル・セルフ”プログラムによる実践研究で示されているように、いじめ、うつの軽減をめざす場合、年間4セッションは実施することが望ましいことが示唆された。

主実施者の違いによるいじめやうつの軽減の効果については、明らかではなかった。

プログラムにおけるテーマの構成については、思春期・青年期の若者を対象とした学校で実施され心理・行動上の問題に効果が得られたと報告されたユニバーサル予防プログラムまたは指示的予防プログラムについて概観したレビュー研究では、うつ予防が示された3/4のプログラムで認知的対処に関するセッションが行われていた。また、攻撃行動予防が示された3/4のプログラムでコミュニケーションスキルに関するセッションが行われていた (Boustani, Frazier, Becker, Bechor, Dinizulu, Hedemann, Ogle, & Pasalich, 2015)。このような結果は、“サクセスフル・セルフ”プログラムでのセッション構成を支持するものと推測された。

2013年にいじめ防止対策推進法（平成25年法律第71号）が施行される等、国をあげていじめ対策に取り組んではいるものの、依然として学校におけるいじめ問題は憂慮される状態にある。また、うつ等の子どものメンタルヘルスの問題も複雑・多様化し、これまで以上の対策が行われる必要がある。いじめやうつに対してのユニバーサル予防は、小さい効果であるとしても、実施する意義はある。

“サクセスフル・セルフ”プログラムは、初年度から小さい効果は示されることから、引き続き、慎重にかつ安全に実施していくことが必要である。そして、このような取り組みによる子どものいじめや

うつ予防に関心があり、主体的にかつ教師間で連携して取り組める担任教諭、養護教諭等が、研修を受けて実践することが望ましいと考えられる。

今回対象とした実践校は、事前事後に児童の心理面や行動面等を理解するための調査を実施する等、子どもの心の健康にかなり関心の高い学校環境にあったと考えられた。子どもの心の健康や適応に向けたユニバーサル予防が学校現場で行われ続けるための研修会や関連する人や組織間の連携が必要である。

#### 謝辞

本研究にご協力頂きました、児童の皆様、実施して頂きました教師の皆様、ご理解とご協力を頂きました教師・保護者の皆様に、感謝致します。

また本研究の一部は、科研費（24530870）の助成を受けました。

#### 引用文献

- 安藤美華代. (2007). 中学生における問題行動の要因と心理教育的介入. 風間書房, 東京.
- 安藤美華代. (2008a). 小学生の問題行動・いじめを予防する! 心の健康教室”サクセスフル・セルフ”実施プラン. 明治図書, 東京.
- 安藤美華代. (2008b). 小学生の情緒的および行動上の問題を予防するための心理教育的アプローチ. 岡山大学教育実践総合センター紀要, 8, 89-98.
- 安藤美華代. (2015). 児童生徒のいじめ・うつを予防する心理教育“サクセスフル・セルフ”. 第2版. 岡山大学出版会, 岡山.
- Borenstein, M., Hedges, L. V.B., Higgins, J. P. T., & Rothstein, H. R. (2009). *Introduction to Meta-Analysis*. Wiley, West Sussex, UK
- Boustani, M. M., Frazier, S. L., Becker, K. D., Bechor, M., Dinizulu, S. M., Hedemann, E. R.,

- Ogle, R. R., & Pasalich, D. S. (2015). Common elements of adolescent prevention programs: Minimizing burden while maximizing reach. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 42(2), 209-219.
- Comprehensive Meta Analysis Software (Version 3) Biostat, (<https://www.meta-analysis.com>)
- Horowitz, J. L., & Garber, J. (2006). The prevention of depressive symptoms in children and adolescents: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(3), 401-415.
- LeBlanc, J. C., Bilbury, T., & Chisholm, A. (2016). *Bullying Prevention Programs for Children and Youth: A Systematic Review and Guide to Program Selection*. 1<sup>st</sup>(ed). Halifax, Nova Scotia, Canada
- Smedler, A.-C., Hjern, A., Wiklund, S., Anttila, S., & Pettersson, A. (2015). Programs for prevention of externalizing problems in children: Limited evidence for effect beyond 6 months post intervention. *Child Youth Care Forum*, 44(2), 251-276.
- 丹後俊郎. (2002). 医学統計学シリーズ4 メタ・アナリシス入門 エビデンスの統合をめざす統計手法. 朝倉書店, 東京
- Wilson, S. J., Lipsey, M. W., & Derzon, J. H. (2003). The effects of school-based intervention programs on aggressive behavior: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(1), 136-149.
- 山田剛史・井上俊哉(編). (2012). メタ分析入門—心理・教育研究の系統的レビューのために—. 東京大学出版会, 東京